



SAN BENITO COUNTY

HEALTH & HUMAN SERVICES AGENCY

ELIZABETH FALADE, M.D., M.P.H.
HEALTH OFFICER

KATHRYN FLORES
DIRECTOR

PUBLIC HEALTH SERVICES
Healthy People in Healthy Communities

4 de mayo 2009

INFORMACIÓN ACERCA DE LA INFLUENZA (GRIPE) PORCINA

¿Qué es la influenza (gripe) porcina?

La influenza (gripe) porcina es una enfermedad respiratoria de los cerdos causada por el virus de la influenza tipo A. El virus de la influenza (gripe) porcina causa brotes en cerdos pero raramente afecta a los humanos. Ocasionalmente ha habido infecciones de humanos con la influenza (gripe) porcina y en la actual situación hay evidencia de transmisión de persona a persona.

¿Cuáles son los síntomas de la influenza (gripe) porcina?

- Fiebre de 100° o mayor
- Tós
- Vómito y/o diarrea
- Dolor de garganta

¿Por qué debe preocuparse?

La influenza (gripe) porcina es un nuevo virus de la influenza y las personas tienen muy poca o ninguna inmunidad. Si este nuevo virus de la influenza comienza a propagarse fácilmente de persona a persona podría abarcar todo el país y el mundo entero en muy corto tiempo; esto causaría una influenza pandémica. Hasta el momento no sabemos qué tan seria será o por cuánto tiempo durará. Mientras más personas se infecten, el riesgo de exposición al público se hace más grande.

¿Qué debo hacer si creo que estoy enfermo?

- Si tiene fiebre de 100° F o mayor y uno de los síntomas anotados arriba, llame a su doctor o proveedor médico. Su doctor podría darle una cita para verlo y hacerle una prueba de la influenza. Su médico decidirá si necesita tratamiento antiviral para la influenza.
- Si está enfermo – quédese en casa y no vaya al trabajo o escuela. Es importante limitar el contacto con otras personas para no propagar los gérmenes a otros.
- Si tiene síntomas de influenza y necesita ir a una cita médica, use una máscara quirúrgica o cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable cuando estornude o tosa y después bote el pañuelo en la basura. • Si se siente enfermo y no tiene fiebre es mejor quedarse en casa sin ir al trabajo o escuela; descansar bastante y tomar muchos líquidos. Si sus síntomas empeoran, llame a su médico o proveedor médico.

¿Qué puedo hacer para prevenir enfermarme?

- Lave sus manos con jabón y agua tibia para eliminar los gérmenes y prevenir la propagación de la enfermedad, especialmente después de toser o estornudar. Si no tiene jabón ni agua, use un gel que no necesite agua y que sea a base de alcohol de por lo menos el 60%.
- Cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable cada vez que tosa o estornude; tire el pañuelo usado a la basura. Si no tiene pañuelos desechables, tosa o estornude usando la dobladura de su codo sin usar sus manos.
- Evite los besos y los apretones de mano cuando salude a las personas y no comparta comida, bebidas ni utensilios.
- Mantenga limpias las áreas comunes como los mostradores de la cocina, los inodoros, las agarraderas de las puertas, los juguetes, los teléfonos y otros artículos del hogar.
- Permita que el aire fresco circule en su casa o en el trabajo abriendo las ventanas y puertas.

Para más información: El Departamento de Salud Pública ha colocado información sobre la influenza (gripe) porcina en el sitio del Internet: sanbenitoco.org. El teléfono de la línea de Información de Salud Pública 831-637-5367 está disponible para contestar preguntas de los residentes del Condado de San Benito.

PUBLIC HEALTH SERVICES
439 Fourth Street
Hollister, CA 95023
831-637-5367

MEDICAL THERAPY UNIT
761 South Street
Hollister, CA 95023
831-637-1989

ENVIRONMENTAL HEALTH SERVICES
1111 San Felipe Road, Ste 101
Hollister, CA 95023
831-636-4035

HEALTH EDUCATION PROGRAMS
1111 San Felipe Road, Ste 102
Hollister, CA 95023
831-636-4011

EMERGENCY MEDICAL SERVICES
1111 San Felipe Road, Ste 102
Hollister, CA 95023
831-636-4066



San Benito County

HEALTH & HUMAN SERVICES AGENCY

Elizabeth Falade, M.D., M.P.H.
Health Officer

Kathryn Flores
Director

Public Health Division
Healthv People in Healthv Communities



PARA DIFUSIÓN INMEDIATA

May 4, 2009

ALERTA DE SALUD ACERCA DE LA GRIPE (Flu) PORCINA

La Gripe (flu) Porcina (H1N1) es un virus nuevo, pero existe tratamiento. La División de Salud Pública del Condado de San Benito está trabajando con el Departamento de Salud Pública de California para tratar los aspectos concerniente a la diseminación de este virus. Hay cosas que usted puede hacer para protegerse, las cuales incluyen:

- Quédese en casa si está enfermo(a) para evitar la diseminación a compañeros de trabajo y amistades, al menos que tenga dificultad para respirar, fiebre alta, o una condición que requiera comunicarse con su médico particular.
- Mantenga a sus hijos en su casa si están enfermos. Vigile los síntomas y llame a su pediatra si hay motivo de preocupación.
- Evite contacto cercano con personas enfermas.
- Al toser o estornudar, hágalo en su manga o pañuelo desechable y disponga de el de manera apropiada.
- Lavar bien sus manos con agua tibia y jabón o use una sustancia higienizante a base de alcohol para deshacerse de la mayoría de los gérmenes y evite el tocar sus ojos, nariz o boca.
- Haga un plan de emergencia para el cuidado de sus niños que están en guardería en caso de que las escuelas o guarderías cierren.

Le pedimos que comparta esta información con las personas que usted tiene contacto y animar a que sigan estas simples medidas universales, pero extremadamente eficaces. Salud Pública está aquí para servir como un recurso para usted y su (agencia/organización/escuela). Para mas información acerca de la Gripe (Flu) Porcina, favor de llamar al (831) 637-5367.

-o0o-

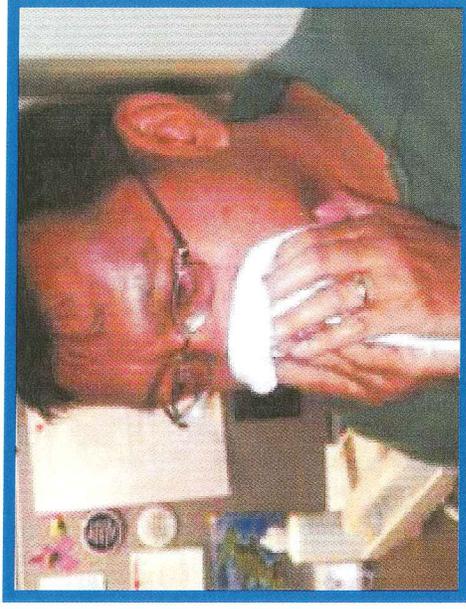
State of California Hotline: (888)865-0564

7:00am - 6:00pm Monday - Friday

8:00am - 4:00pm Weekends

¡Parar la Gripe depende de Ti!

La gripe se pasa de persona-a-persona cuando alguien que tiene la gripe, tose, estornuda, o habla. El virus de la gripe entre al aire y puede ser inhalada por alguien que esta cerca. A veces las personas pueden ser infectadas con el virus cuando tocan algo contagiado con el virus y después se tocan la boca o nariz.



Para protegerse usted y su familia contra la gripe:

Lávese las manos con frecuencia con jabón y agua tibia.

Use pañuelo desechable cuando tose, estornuda o escupe y échelo en un basurero con tapadera.

No se toque la cara.

Limpie los espacios compartidos con mas frecuencia, tales como los teléfonos, teclados, volantes, y equipo de oficina.

No comparta sus artículos personales tales como tenedores, cucharas, cepillo de dientes y toallas.

Evite lugares donde hay multitud de gente o a personas que están enfermas.



Para mas información, contacte a los servicios de Salud del Condado de San Benito ~ 831-637-5367 ~ www.sanbenitoco.org

Stop Disease



Alto a las enfermedades

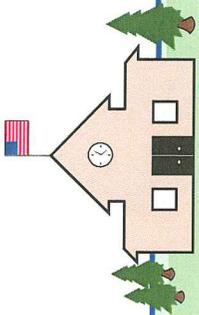
막으십시오
질병을

Ngừa
Bệnh

病氣撲滅

Pigilan ang
Sakit

防止疾病



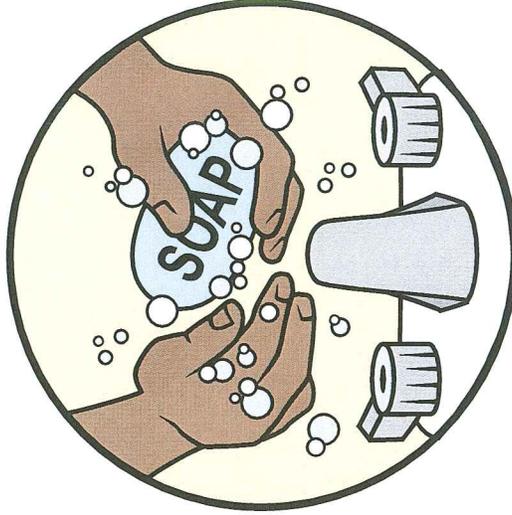
Germ-Free Zone



• Don't spread germs.



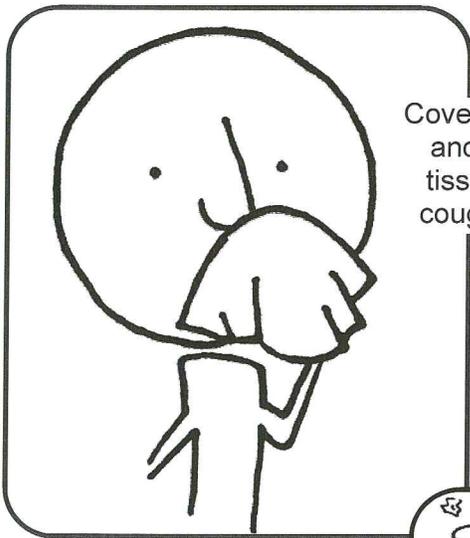
• Cover your cough.



• Wash your hands often.

Stop the spread of germs that make you and others sick!

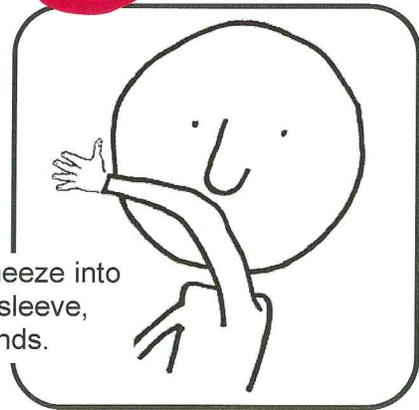
Cover your Cough



Cover your mouth and nose with a tissue when you cough or sneeze

or

cough or sneeze into your upper sleeve, not your hands.



Put your used tissue in the waste basket.



You may be asked to put on a surgical mask to protect others.

Clean your Hands

after coughing or sneezing.



Wash with soap and water

or

clean with alcohol-based hand cleaner.



Minnesota Department of Health
717 SE Delaware Street
Minneapolis, MN 55414
612-676-5414 or 1-877-676-5414
www.health.state.mn.us



Minnesota
Antibiotic
Resistance
Collaborative

